

# 第5回健康展

参加費  
無料

テーマ

もっと健康に!

## おいしく適塩、たのしく貯筋

日時

平成27年11月14日(土) 9:30~14:30

場所

ホルトホール大分

〒870-0839 大分市金池南1-5-1

( エントランスホール(1F)  
サテライトキャンパス大分(2F) )

### 昼食付

先着  
70名

オリジナルの**減塩弁当**を  
無料で配布します!  
お弁当を食べながらセミナー  
に参加しましょう!

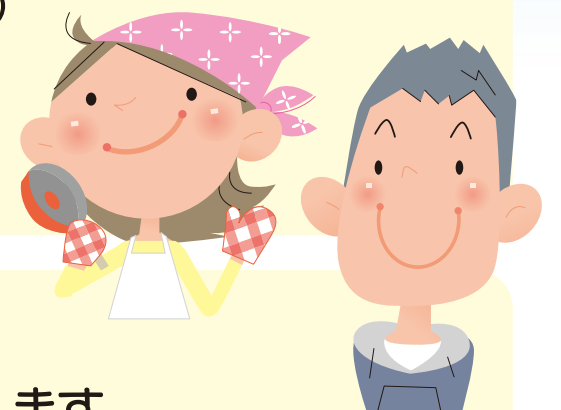


平成26年度減塩弁当



イベント内容

- 減塩ポスター・レシピの掲示(学生考案の減塩料理レシピを配布します)
- 食品展示(塩分の多い食品や減塩食品の展示を行います)
- 食事相談(管理栄養士が食事の相談にお答えします)
- 食事調査・血圧測定・骨密度測定など



講演内容

10:30~11:15 ミニ講演「おしえて適塩!」  
学生たちが作成したポスターを紹介します

11:15~11:45 育ドル娘による食育ステージ  
食育ダンスや紙芝居をお楽しみください!

12:00~12:50 ランチョンセミナー(減塩弁当の無料配布)  
学生たちが考案した減塩弁当や減塩レシピを紹介します

13:00~14:30 特別講演「貯筋のすすめ」  
～行きたいところへ行ける体でいるために～ 体操もあります

NPO法人 日本健康運動指導士会

大分県支部長 松元義人先生

受付で引換券を  
配布します

体操もあります



お申し込み  
お問合せ先

随時受付(当日受付も可)電話もしくは、FAXにてお申し込み下さい。

別府大学短期大学部食物栄養科

〒874-8501 別府市北石垣82

TEL&FAX

## 0977-66-9655

担当教員

緒方、東保<sup>とうぼ</sup>

主催 別府大学短期大学部食物栄養科

後援 大分県、大分県教育委員会、大分市、大分市教育委員会、(公社)大分県栄養士会、(株)大給